La carga del silencio: Tejiendo puentes a través de la comunicación no verbal y desafiando el aislamiento social

LCC Aarón Abraham Mendoza Salazar

mendozasalazar@proton.me
www.mendozasalazar.com
+52 833 251 39 27
Tamaulipas, México

28 de junio de 2025

Mendoza, A.A. (2025, junio 28). *La carga del silencio: Tejiendo puentes a través de la comunicación no verbal y desafiando el aislamiento social*.
https://www.mendozasalazar.com/2025/06/la-carga-del-silencio-tejiendo-puentes.html

La carga del silencio: Tejiendo puentes a través de la comunicación no verbal y desafiando el aislamiento social

Resumen

Este artículo explora el impacto del mutismo selectivo y la anhedonia social como formas de comunicación silenciada que contribuyen al aislamiento psicosocial. A través de un enfoque interdisciplinario que integra psicología social, sociología de la desviación y estudios de comunicación no verbal, se analiza cómo estas condiciones afectan la interacción humana y cómo el estigma refuerza su invisibilidad. Se examinan dinámicas familiares, barreras culturales y respuestas clínicas, enfatizando el rol crucial de la empatía, el apoyo comunitario y la intervención temprana.

La investigación destaca la importancia de estrategias educativas y políticas públicas inclusivas que promuevan la expresión emocional, la escucha activa y la aceptación social. Asimismo, se subraya el valor de la comunicación no verbal como herramienta para restablecer vínculos humanos en contextos de silencio forzado. El texto propone que el reconocimiento y acompañamiento de estas condiciones no solo alivia la carga del silencio, sino que construye puentes hacia una salud mental colectiva más resiliente.

Palabras Clave: *Mutismo selectivo*, *Anhedonia social*, *Comunicación no verbal*, *Salud Mental*, *Aislamiento social*, *Estigma*, *Empatía*, *Cuidadores*, *Resiliencia*, *Prevención temprana.*

Introducción

La comunicación, en su forma más esencial, no se limita al uso del lenguaje articulado; constituye el entramado simbólico que configura la experiencia humana, permitiendo la construcción de significados, la expresión emocional y la consolidación de vínculos sociales. No obstante, cuando el silencio se impone no como elección, sino como imposibilidad, emerge una barrera invisible pero contundente: el aislamiento psicológico. En este contexto, resulta pertinente examinar cómo ciertas condiciones clínicas, como la *anhedonia social* y el *mutismo selectivo*, afectan la capacidad del individuo para sostener interacciones significativas, especialmente dentro del entorno familiar.

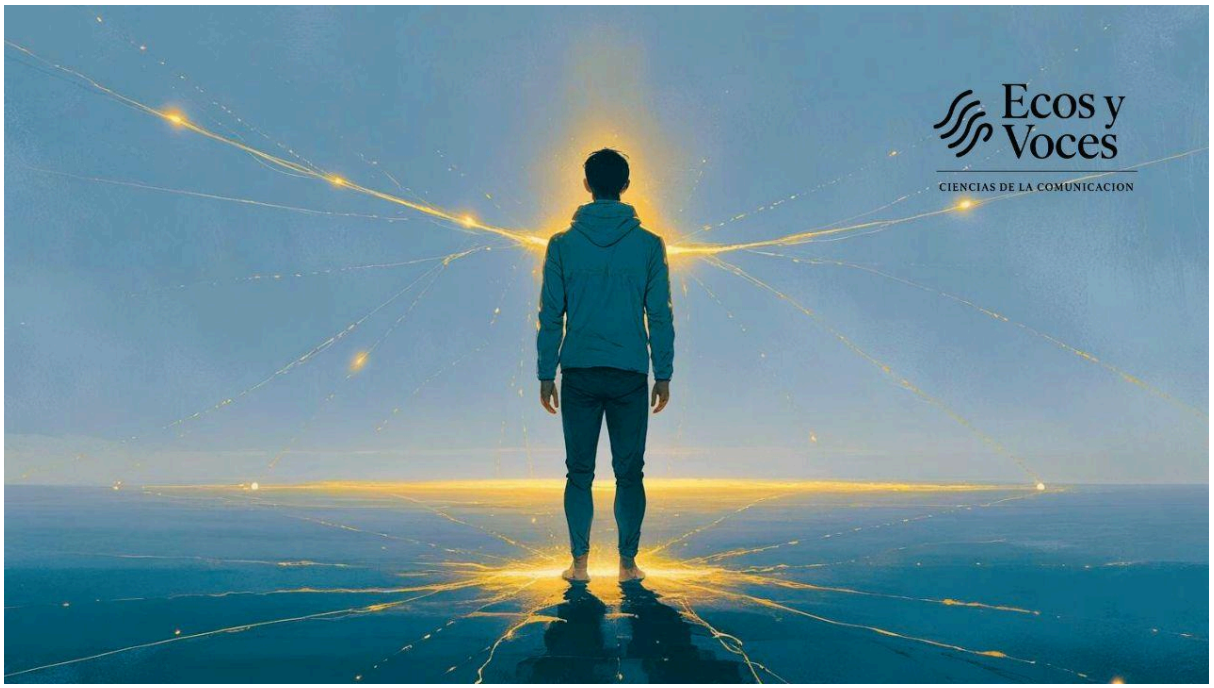
El Mutismo Selectivo (MS) —trastorno poco frecuente, pero profundamente incapacitante— ha representado un desafío para la psiquiatría y la psicología clínica. Evidencias actuales señalan que el MS no debe entenderse como un simple rechazo a hablar, sino como una respuesta ansiosa ante situaciones sociales que generan un nivel extremo de estrés. Su abordaje clínico exige, por tanto, una evaluación que combine la

Mendoza, A.A. (2025, junio 28). *La carga del silencio: Tejiendo puentes a través de la comunicación no verbal y desafiando el aislamiento social*.
https://www.mendozasalazar.com/2025/06/la-carga-del-silencio-tejiendo-puentes.html

frecuencia del habla con escalas específicas de ansiedad y miedo social (Muris & Ollendick, 2021).

Este artículo adopta un enfoque interdisciplinario que integra la psicología social, la sociología de la desviación y los estudios sobre comunicación no verbal. Se propone analizar cómo la percepción social del comportamiento atípico refuerza el estigma y profundiza el aislamiento del individuo. Asimismo, se exploran los límites y posibilidades de la comunicación interpersonal cuando el lenguaje verbal es sustituido —o silenciado— por códigos no verbales cargados de ambigüedad y resistencia.

Finalmente, este trabajo subraya la urgencia de desmontar los prejuicios que pesan sobre las personas con trastornos de salud mental. Tal como expone Goffman (1963), el estigma opera como una forma de deshumanización: quien lo porta es percibido como menos que plenamente humano. Esta percepción no sólo legitima la exclusión, sino que alimenta teorías sociales que buscan justificar esa marginalidad, limitando las oportunidades y derechos de quienes ya enfrentan condiciones adversas. Frente a ello, la comunicación no es solo herramienta, sino también trinchera: un espacio desde el cual resistir, comprender y transformar.



La dimensión silenciosa de la Salud Mental: Anhedonia Social y Mutismo Selectivo

El silencio, lejos de ser una simple ausencia de sonido, puede transformarse en un lenguaje complejo, a menudo indescifrable para quienes lo rodean. La anhedonia social, caracterizada por la incapacidad de experimentar placer en las interacciones sociales, y el mutismo selectivo, una condición en la que el individuo es capaz de hablar,

pero lo hace solo en ciertas situaciones o con ciertas personas, son dos manifestaciones que encarnan esta carga silenciosa. Ambas condiciones representan un desafío significativo para la comunicación, y su impacto en la salud mental y la interacción social de las personas es, sin duda, profundo. Es precisamente en este punto donde la capacidad humana de observar y comprender, yendo más allá de lo superficial, se convierte en un pilar esencial.

La anhedonia social, frecuentemente vinculada a condiciones como los trastornos del espectro esquizofrénico y la depresión, representa un desafío profundamente humano. Va más allá de una simple ausencia de disfrute; de hecho, puede privar a las personas de la alegría fundamental que se encuentra en la compañía y la conexión, llevando a una abrumadora sensación de vacío y desesperanza. La falta de deseo de participar en actividades sociales o de buscar la compañía de otros genera un ciclo vicioso de aislamiento, donde la ausencia de interacción refuerza la anhedonia.

A pesar de las innumerables investigaciones realizadas en los últimos cincuenta años sobre los trastornos mentales funcionales —como la esquizofrenia o la depresión—, todavía no poseemos un conocimiento sólido y probado sobre ellos. No tenemos la misma certeza que, por ejemplo, los médicos tienen sobre las enfermedades infecciosas (Scheff, 2017).

Imagina a un niño que en casa no deja de hablar, ríe, cuenta historias y expresa con claridad lo que piensa. Pero al llegar a la escuela, algo cambia: guarda silencio. No es timidez ni desinterés. Es mutismo selectivo. Esta condición, muchas veces ligada a la ansiedad o al trauma, no es una falta de voluntad para hablar, sino una barrera interna muy real. Personas con mutismo selectivo pueden comunicarse sin problema en entornos seguros, pero en otros —como el aula o una reunión social— el habla simplemente se apaga. Comprender esto no solo requiere empatía, sino también acción: crear espacios donde se sientan escuchados, no presionados. Porque la verdadera comunicación no empieza con la voz, sino con la confianza. ¿Y si hoy eliges ser ese punto de apoyo para alguien en silencio?

Esta discrepancia crea una barrera significativa para el aprendizaje, el desarrollo de relaciones y la integración social. El mutismo selectivo puede manifestarse durante un periodo breve o extenderse por varios años. Aunque muchos niños logran superarlo de manera natural —por causas aún no del todo comprendidas—, su estilo comunicativo suele mantenerse por debajo del promedio incluso después de que el silencio desaparece. Además, es común que persistan secuelas como fobia social u otros trastornos de ansiedad (Wong, 2010).

En ambos casos, nuestra capacidad para mostrar un interés sincero en el mundo interior de la otra persona es el primer paso para tender un puente.

La carga del silencio en el núcleo familiar: Cuidadores y Empatía

La influencia de la anhedonia social y el mutismo selectivo no se limita al individuo afectado; repercute profundamente en el núcleo familiar. Los familiares, especialmente los cuidadores, a menudo experimentan una carga del cuidador significativa, que incluye estrés emocional, agotamiento físico y financiero. Cuando la comunicación verbal es limitada o inexistente, la interpretación de las señales no verbales se vuelve crucial, pero también increíblemente desafiante. Las miradas esquivas, la postura retraída o la ausencia de contacto visual, por ejemplo, pueden ser malinterpretadas como indiferencia o rechazo, cuando en realidad son manifestaciones de angustia interna o de la propia condición. Aquí, nuestra capacidad para escuchar atentamente no solo las palabras, sino los mensajes silenciosos del cuerpo y el comportamiento, es fundamental.

La empatía, la capacidad de comprender y compartir los sentimientos del otro, se convierte en una herramienta indispensable en estos contextos. El silencio prolongado no sólo desconcierta... también desgasta. Incluso el corazón más empático puede sentirse impotente cuando no hay palabras que guíen. Cuando una persona no puede expresar lo que necesita o siente, sus cuidadores quedan navegando a ciegas, intentando adivinar en medio de la incertidumbre. Esa falta de respuestas puede transformar la comprensión en frustración, y la cercanía en desesperanza. Pero aquí está la clave: no se trata de forzar palabras, sino de abrir caminos de confianza. ¿Qué puedes hacer hoy para escuchar más allá del silencio?

Aquí, la antropología nos invita a considerar cómo las culturas construyen el significado del silencio y cómo estas interpretaciones pueden influir en la dinámica familiar. En algunas culturas, el silencio puede ser un signo de respeto; en otras, de sumisión o de angustia.

Cuando no hay espacio para hablar con libertad, y cuando la sociedad señala en lugar de comprender, las heridas no siempre se ven... pero se sienten. El estigma y el silencio no sólo aíslan, también dejan marcas duraderas en quienes más necesitan apoyo. En esos momentos, la conexión humana se pone a prueba. Pero ahí es donde cada uno de nosotros puede marcar la diferencia. Basta una mirada sin juicio, una palabra amable o una escucha sincera para empezar a sanar lo que otros han ignorado. ¿Estás dispuesto a ser ese puente cuando todo lo demás parece romperse?

Estigma social y aislamiento: Un velo sobre la salud mental

Piensa en cómo reaccionamos cuando alguien se sale de lo ‘normal’. Nuestra mirada, nuestras palabras y hasta nuestro silencio pueden empujar a esa persona a un rincón. Cuando llamamos 'raro' o antisocial a quien vive con anhedonia social o mutismo selectivo, levantamos un muro que dificulta su recuperación y cercena sus posibilidades de integrarse. Pero este no tiene que ser su destino ni el nuestro. Cada gesto de

comprensión —un saludo sincero, una invitación a participar, un cuenta conmigo— es un ladrillo que derriba el aislamiento.

Las personas que viven con trastornos mentales suelen enfrentar un estigma severo, lo cual limita significativamente sus oportunidades y afecta su capacidad para llevar una vida autónoma, incluso más allá de los síntomas propios de su condición (Hinshaw & Stier, 2008).

La forma en que tratamos a los demás está profundamente marcada por lo que creemos saber de ellos. La psicología social lo confirma: los estereotipos y prejuicios no solo nublan nuestro juicio, también distorsionan nuestras relaciones. Cuando no entendemos qué es la anhedonia o el mutismo selectivo, es fácil —demasiado fácil— alejarnos, guardar silencio o incluso rechazar. Pero cada vez que lo hacemos, reforzamos el muro que separa en lugar de unir. Cambiar eso no requiere un título en psicología, solo la voluntad de preguntar, de escuchar y de mirar con empatía. ¿Y si el primer paso para derribar barreras fuera tan simple como dar la bienvenida sin condiciones?

El estigma hacia los trastornos mentales, reforzado por estereotipos y prejuicios, limita el acceso al tratamiento, deteriora la salud integral e incrementa el riesgo de suicidio. Este fenómeno, presente a nivel global, se agrava por el aislamiento, el secretismo y la anticipación constante a la discriminación (Ran et al., 2021).

En muchas sociedades, el silencio alrededor de la enfermedad mental se mantiene por vergüenza, lo que impide que las personas busquen ayuda y que las familias reciban el apoyo necesario.

Este ciclo de estigmatización y aislamiento tiene profundas implicaciones para la salud mental. Cuando alguien atraviesa una enfermedad mental, lo último que necesita es sentirse juzgado o solo. Pero eso es justamente lo que sucede cuando faltan el apoyo, la comprensión y un espacio seguro para expresarse. El estigma no solo duele… también enferma. Se mete dentro, silencioso, y agrava los síntomas, frena la recuperación y, en los casos más extremos, apaga toda esperanza. Nadie debería tener que luchar en silencio. A veces, lo más poderoso que puedes ofrecer no son las respuestas, sino tu presencia. Un lugar donde alguien pueda hablar o simplemente ser sin miedo. Nuestra tarea, como personas que buscan influir positivamente, es la de ser comprensivos y no condenatorios.

La prevención desde la infancia y adolescencia: Sembrando Conexiones

Ayudar a quienes ya enfrentan problemas de salud mental es vital. Pero si realmente queremos marcar la diferencia, debemos ir un paso antes: prevenir. Y la prevención no siempre requiere grandes recursos, sino decisiones inteligentes. ¿Dónde empezar? Con los más jóvenes. Cuando enseñamos a niños y adolescentes a

comunicarse con claridad y a ponerse en el lugar del otro, no solo formamos mejores personas... también construimos comunidades más fuertes y comprensivas. La empatía no se hereda, se aprende. Y cada conversación hoy puede evitar un sufrimiento mañana.

Al invertir en estas áreas desde una edad temprana, podemos sentar las bases para una sociedad más conectada y resiliente.

Enseñar a los niños a reconocer y expresar sus emociones desde pequeños les da herramientas para la vida. Programas escolares que promueven la escucha, la empatía y la expresión asertiva fortalecen sus relaciones y comprensión social. Al aprender que existen formas diversas de comunicarse, desarrollan tolerancia hacia quienes lo hacen de manera distinta. La empatía, así, se cultiva desde temprano.

Fomentar la empatía en la educación es más que una buena intención: es una inversión en el futuro emocional y social de los jóvenes. Actividades que enseñan a ponerse en el lugar del otro, reconocer emociones y valorar la diversidad ayudan a reducir el estigma hacia quienes enfrentan dificultades como el mutismo selectivo o la anhedonia social. Cuando los niños aprenden a comprender en lugar de juzgar, se construyen entornos de apoyo y respeto. Esto no solo fortalece la inteligencia emocional individual, sino también la cohesión social. Al enseñar empatía, sembramos conexión. Y en ese acto, damos a otros el poder de sentirse valiosos.

La resiliencia humana y la capacidad de superación

Aunque la 'carga del silencio' puede parecer abrumadora, es fundamental reconocer la extraordinaria capacidad de resiliencia del espíritu humano. La resiliencia no es la ausencia de dificultades, sino la habilidad de sobreponerse a la adversidad, adaptarse y crecer a partir de ella. En el contexto de la anhedonia social y el mutismo selectivo, esto se manifiesta en la fuerza para buscar apoyo, en el coraje para intentar nuevas formas de comunicación y en la perseverancia de los cuidadores que, a pesar de los desafíos, continúan ofreciendo amor y soporte.

Superar una condición no siempre significa eliminarla, sino aprender a gestionarla y vivir con mayor plenitud. Para quienes enfrentan desafíos como el mutismo selectivo, el apoyo empático de profesionales, familiares o comunidades puede marcar la diferencia. Con comprensión y herramientas adecuadas, es posible desarrollar estrategias de afrontamiento, fortalecer vínculos y encontrar nuevas formas de expresión. Incluso cuando hablar es difícil, la conexión humana sigue siendo un puente poderoso. Porque no se trata solo de curar, sino de acompañar con presencia y respeto.

Un solo acto de bondad, una mirada comprensiva o un espacio seguro para ser uno mismo, pueden encender una chispa de esperanza en aquellos que se sienten atrapados en el silencio. En el camino hacia la superación, el interés genuino y el apoyo sincero son la fuerza que libera del aislamiento. La historia nos muestra que, con empatía y perseverancia, ninguna barrera es demasiado grande. Cuando alguien se

siente verdaderamente acompañado, el cambio deja de ser imposible y se convierte en un logro compartido. Recuerda: a veces, lo que más necesitamos es saber que alguien cree en nosotros. ¿Y si hoy tú eres esa persona que hace la diferencia?

La necesidad de desmantelar estigmas: Estrategias concretas para la conexión y el bienestar

Para desmantelar los estigmas asociados a la salud mental, es imperativo adoptar un enfoque multifacético que aborde tanto las percepciones individuales como las estructuras sociales. La educación pública desempeña un papel crucial en la desmitificación de las enfermedades mentales y en la promoción de una comprensión más precisa de condiciones como la anhedonia social y el mutismo selectivo. Al proporcionar información basada en evidencia, podemos contrarrestar los estereotipos y reducir el miedo y la ignorancia.

Fomentar la empatía es esencial. En el contexto de la salud mental, esto significa escuchar activamente, incluso el silencio, y buscar comprender las señales no verbales con una mente abierta y sin prejuicios. Los programas de capacitación para cuidadores pueden mejorar significativamente su capacidad para interpretar las necesidades de quienes cuidan y para gestionar el estrés asociado a la carga del cuidador.

Además, la creación de entornos inclusivos y empáticos es vital. Esto implica desarrollar políticas de salud mental que promuevan la accesibilidad a los servicios, la detección temprana y el apoyo continuo. A nivel comunitario, la creación de grupos de apoyo, redes de pares y espacios seguros donde las personas puedan compartir sus experiencias sin temor al juicio puede mitigar el aislamiento.

Cuando las personas se sienten escuchadas, comienzan a sanar. La Comunicación para el Desarrollo no es solo una teoría: es una herramienta viva que une saberes, rompe barreras y da voz a quienes han sido silenciados por el estigma. Al integrar comunidades, profesionales y emociones, este enfoque impulsa la participación activa y fortalece el espíritu de quienes enfrentan enfermedades mentales. Porque cuando colaboramos con respeto y propósito, generamos cambios duraderos, no imposiciones.

Para llevar estas ideas a la práctica, los lectores pueden implementar o buscar las siguientes estrategias específicas:

Educación activa y conciencia pública:

- Informarse: Buscar información confiable sobre salud mental de organizaciones reconocidas (ej., Organización Mundial de la Salud, asociaciones de psicología o psiquiatría locales). Comprender la anhedonia social y el mutismo selectivo no como ‘rarezas’ sino como condiciones de salud reales.

- Desafiar Estereotipos: Cuestionar y corregir activamente los comentarios estigmatizantes o desinformados en conversaciones diarias, medios de comunicación o redes sociales. Cada pequeña acción contribuye a cambiar la narrativa.

- Compartir Experiencias (con cautela): Para quienes se sienten cómodos, compartir historias personales o de seres queridos puede ser una poderosa herramienta para humanizar la enfermedad mental y reducir el sentimiento de vergüenza en otros.

Apoyo y conexión comunitaria:

- Grupos de Apoyo: Participar o promover la creación de grupos de apoyo para personas que viven con condiciones de salud mental y para sus cuidadores. Estos espacios ofrecen un sentido de pertenencia y validación.

- Voluntariado: Sumarte a una organización que promueve la salud mental es mucho más que ayudar: es crecer. Al ofrecer tu tiempo como voluntario, no solo marcas una diferencia en la vida de otros, también fortaleces tu capacidad de escuchar, comprender y conectar. La empatía se entrena con cada gesto sincero, y la comunicación florece cuando nace del compromiso genuino. Involúcrate, y descubrirás que al apoyar, también te transformas.

- Redes de Apoyo Informales: Fomentar conversaciones abiertas sobre salud mental dentro de círculos de amigos y familiares. Crear un ambiente donde las personas se sientan seguras para hablar de sus luchas.

Acceso y utilización de recursos profesionales:

- Búsqueda de Ayuda Profesional: Para quienes enfrentan anhedonia social, mutismo selectivo o la carga del cuidador, es crucial buscar la orientación de psicólogos, psiquiatras o terapeutas familiares. Las terapias como la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC), la Terapia Familiar Sistémica o la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) han demostrado ser efectivas en el manejo de estas condiciones.

- Programas de Capacitación para Cuidadores: Investigar si existen programas locales o en línea que ofrecen formación específica para cuidadores sobre cómo comunicarse eficazmente con personas con desafíos de salud mental, cómo interpretar señales no verbales y cómo gestionar su propio bienestar.

- Asesoramiento y Psicoeducación: Utilizar los recursos de psicoeducación que ofrecen clínicas o fundaciones, que buscan informar a los pacientes y sus familias sobre su condición, opciones de tratamiento y estrategias de afrontamiento.

Promoción de políticas inclusivas:

- Abogacía: Apoyar iniciativas y políticas públicas que busquen mejorar el acceso a los servicios de salud mental, combatir la discriminación laboral o educativa por motivos de salud mental y garantizar la inclusión social.

- Sensibilización en el Ámbito Laboral y Educativo: Impulsar la creación de ambientes de trabajo y estudio que sean sensibles a las necesidades de salud mental, ofreciendo flexibilidad, apoyo y recursos sin temor a represalias o estigmatización.

Estas estrategias, al ser implementadas tanto a nivel individual como colectivo, tienen el poder de transformar la 'carga del silencio' en un camino hacia una mayor comprensión, aceptación y, en última instancia, una conexión humana más profunda.

Voces en pausa: No es timidez, es mutismo selectivo - Caso Olivia

En esta historia, Olivia una niña de 10 años que comparte su valiente camino superando el mutismo selectivo: capaz de hablar en casa, permanece en silencio en la escuela por ansiedad. Explica cómo afronta situaciones sociales, cómo la terapia con exposición gradual y apoyo emocional le permitió dar pequeños pasos para expresarse fuera de su entorno natural. Se trata de un testimonio directo de una niña que recupera su voz al sentirse comprendida, mostrando que detrás de este silencio hay miedo, no desinterés, y que con acompañamiento, la comunicación puede florecer.

El relato de Olivia humaniza un problema emocional complejo, fomentando la empatía. Al centrar el mensaje en el progreso personal y la conexión afectiva, refuerza la idea de que la comunicación eficaz comienza con escuchar y comprender antes que corregir o enseñar, generando confianza.

El cambio no se logra presionando, sino inspirando. El ejemplo de Olivia demuestra que la verdadera transformación surge al crear un ambiente seguro, emocionalmente inteligente, y al celebrar cada pequeño logro comunicativo, fortaleciendo su autoconfianza y abriendo un futuro de expresión auténtica (Confident Children, 2023).

Figura 2

La carga del silencio: cómo el mutismo selectivo y la anhedonia social afectan la salud mental.

Nota. Esta infografía explica cómo el mutismo selectivo y la anhedonia social afectan las emociones y las relaciones. Muestra cómo impactan en la familia, cómo el estigma puede aislar aún más a las personas, y sugiere acciones educativas y sociales para brindar apoyo y fomentar la inclusión con empatía.

Mendoza, A.A. (2025, junio 28). *La carga del silencio: Tejiendo puentes a través de la comunicación no verbal y desafiando el aislamiento social*.
https://www.mendozasalazar.com/2025/06/la-carga-del-silencio-tejiendo-puentes.html

Conclusión

El silencio, cuando se impone, pesa más que las palabras no dichas. No es solo ausencia de voz: es una carga emocional que atraviesa la mente, las relaciones y los hogares. La anhedonia social y el mutismo selectivo no son rarezas clínicas, sino gritos callados de quienes luchan por conectar. Comprender estos desafíos no requiere un título, sino empatía genuina. Porque cuando aprendemos a escuchar más allá de las palabras, abrimos caminos para sanar, juntos. Las preguntas sobre cómo la comunicación afecta la salud mental y cómo el silencio impacta la psique han sido exploradas, revelando la compleja red de factores que contribuyen al aislamiento.

Hemos visto cómo la capacidad de comunicación, o su ausencia, puede determinar el grado de bienestar psicológico y la calidad de las interacciones sociales.

El silencio, cuando no se elige libremente, no es calma: es peso. Quien calla por miedo o por dolor no está en paz, está atrapado en una soledad que duele. Esa barrera invisible se vuelve más densa cuando la sociedad juzga en lugar de comprender. El estigma no solo hiere, también aísla. Pero podemos cambiar eso. Escuchar con empatía, ofrecer apoyo sin prejuicio y hablar con respeto puede abrir la puerta a la conexión que muchos necesitan. A veces, una voz solidaria basta para romper el silencio.

Sin embargo, al adoptar un enfoque empático, educativo y basado en la desmitificación, podemos comenzar a desmantelar estas barreras. Si enseñamos a los niños a expresar lo que sienten y a escuchar con el corazón, estamos sembrando la base de una sociedad más fuerte y unida. La prevención empieza en la infancia, cuando cada palabra de aliento y cada gesto de empatía dejan huella. Crear espacios donde todos se sientan valorados y comprendidos no es un lujo, es una necesidad. Con acciones concretas y una comunicación abierta, podemos aliviar ese silencio que a veces duele... y construir un futuro donde el bienestar mental sea un derecho, no una excepción.

Mendoza, A.A. (2025, junio 28). *La carga del silencio: Tejiendo puentes a través de la comunicación no verbal y desafiando el aislamiento social*.
https://www.mendozasalazar.com/2025/06/la-carga-del-silencio-tejiendo-puentes.html

Referencias

Confident Children. (2023, enero 21). *"I didn't talk at school" - An interview with a child who had Selective Mutism* [Video]. YouTube. https://youtu.be/MuCQkhFztR8?si=5O2e0ZIdhGP_iT13

Goffman, E. (1963). *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*. Prentice-Hall Inc. & Englewood Cliffs, N.J.

Hinshaw, S.P. & Stier, A. (2008, abril). Stigma as Related to Mental Disorders. Annual *Review of Clinical Psychology* 4, 367-393. https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.4.022007.141245

Muris, P., & Ollendick, T. H. (2021). Retos actuales en el diagnóstico y manejo del mutismo selectivo en niños. *Investigación en psicología y manejo del comportamiento*, 14, 159–167. https://doi.org/10.2147/PRBM.S274538

Ran, MS., Hall, B.J., Su, T.T., Prawira, B., Brath-Patersen, M., Li, XH. & Zhang, TM. (2021, enero 7). Stigma of mental illness and cultural factors in Pacific Rim region: a systematic review. *BMC Psiquiatría* 21, 8 (2021). https://doi.org/10.1186/s12888-020-02991-5

Scheff, T. J. (2017). *Being Mentally Ill*. Taylor and Francis. https://www.perlego.com/book/1545080/being-mentally-ill-a-sociological-study-pdf

Wong, P. (2010, marzo). *Selective mutism: a review of etiology, comorbidities, and treatment*. National Library of Medicine. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11202034/

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional. Si necesitas utilizar alguna imagen, video o audio dirígete a la información proporcionada en las referencias. Esta publicación puede o no contener material con protección de datos o derechos de autor.